

# Factores de Riesgo en Salud Mental en Adultos Jóvenes: Una Revisión Narrativa

## Saidith Fontalvo-Polo

Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Programa de Psicología, Universidad Simón Bolívar, Barranquilla 080002, Colombia. [saidith.fontalvo@unisimon.edu.co](mailto:saidith.fontalvo@unisimon.edu.co)  
<https://orcid.org/0009-0008-6511-5227>

## Daniela Mendoza-Movilla

Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Programa de Psicología, Universidad Simón Bolívar, Barranquilla 080002, Colombia. [daniela.medoza2@unisimon.edu.co](mailto:daniela.medoza2@unisimon.edu.co)  
<https://orcid.org/0009-0001-8176-7670>

## Martha Martínez-Banfi

Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Barranquilla, Colombia. [martha.martinez@unisimon.edu.co](mailto:martha.martinez@unisimon.edu.co) <https://orcid.org/0000-0003-2730-7590>

Life Science Research Center, Universidad Simón Bolívar, Barranquilla 080002, Colombia

## Resumen

**Introducción:** La OMS (2022) describe la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo puede desarrollar su máximo potencial, hacer frente a las situaciones críticas y de estrés logrando ser productivo en su trabajo y aportar así a la sociedad.

**Objetivo:** El propósito de esta revisión es describir cuáles son los factores de riesgo que pueden incidir en la salud mental de los adultos jóvenes con edades comprendidas entre los 18 y 44 años.

**Método:** Se utilizó como metodología una revisión sistemática en el cual la búsqueda fue realizada en las bases de datos Scopus y ScienceDirect con los términos *mental health AND adults*, teniendo en cuenta un proceso de filtraje en el cual estaban establecidos criterios específicos.

**Resultados:** Los resultados encontrados, mostraron que el maltrato psicológico y el maltrato verbal que proviene de los padres están relacionados de forma negativa con las dimensiones de la percepción positiva, así como se encontró que el rango social percibido amortigua la relación existente entre los síntomas de salud mental e ideación suicida. De igual forma, los hallazgos de los estudios sugieren que, aunque los síntomas de salud mental no provoquen un aumento en el consumo SAM, este consumo provoca un deterioro notable en la salud mental, como más síntomas depresivos. Con relación al sueño, los hallazgos nos afirman que la calidad del sueño afecta de forma significativa los síntomas depresivos, incluso llegando a influir en la ideación suicida.

**Conclusión:** La salud mental en los adultos jóvenes puede encontrarse asociada a problemas psicológicos como la depresión, estrés, ansiedad, tendencia suicida, relacionadas a diversos factores como lo son una baja calidad del sueño, niveles altos de soledad, maltrato psicológico y verbal y el uso SAM. Estos mismos se identificaron como factores de riesgo los cuales presentan un efecto significativo en la salud mental.

**Palabras Claves:** Adultos jóvenes, factores de riesgo, salud mental.

## **Mental Health Risk Factors in Young Adults: A Narrative Review**

### **Abstract**

**Introduction:** The WHO (2022) describes mental health as a state of well-being in which the individual can develop their maximum potential, cope with critical and stressful situations, managing to be productive in their work and thus contribute to society.

**Objective:** The purpose of this review is to describe the risk factors that can affect the mental health of young adults between 18 and 44 years of age.

**Method:** A systematic review was used as a methodology in which the search was carried out in the Scopus and ScienceDirect databases with the terms mental health AND adults, taking into account a filtering process in which specific criteria were established.

**Results:** The results found showed that psychological abuse and verbal abuse that comes from parents are negatively related to the dimensions of positive perception, just as it was found that perceived social rank buffers the relationship between mental health symptoms. and suicidal ideation. Likewise, the findings of the studies suggest that, although mental health symptoms do not cause an increase in SAM consumption, this consumption causes a notable deterioration in mental health, such as more depressive symptoms. In relation to sleep, the findings tell us that sleep quality significantly affects depressive symptoms, even influencing suicidal ideation.

**Conclusion:** Mental health in young adults can be associated with psychological problems such as depression, stress, anxiety, suicidality, related to various factors such as low quality of sleep, high levels of loneliness, psychological and verbal abuse, and I use SAM. These were identified as risk factors which have a significant effect on mental health.

**Keywords:** Young adults, risk factors, mental health.

## **Introducción**

La OMS (2022) describe la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo puede desarrollar su máximo potencial, hacer frente a las situaciones críticas y de estrés logrando ser productivo en su trabajo y aportar así a la sociedad.

Por otro lado, presentar estrés, el no gozar de bienestar, y tener factores de riesgo puede llegar a comprometer en gran medida a la salud mental y así mismo a su funcionalidad, convirtiéndose en un individuo con vulnerabilidad a padecer un trastorno mental. De manera

que, la salud mental es un fenómeno que se encuentra en aumento lo cual requiere una atención desde diversos panoramas (Acosta, Juan M., 2022).

Así mismo, las investigaciones han sugerido la asociación de factores de riesgo incluyendo variables situacionales, ambientales o predisposiciones genéticas (Zhao et al., 2022). Además, las investigaciones han mostrado factores protectores en la salud mental como el uso de la autorregulación emocional y las estrategias de afrontamiento, como la resolución de problemas y búsqueda de apoyo emocional importantes para mantener una salud mental positiva (Zhao et al., 2022). Y factores psicosociales que al contrario producen estrés, ansiedad y depresión reportados por estudiantes universitarios mayormente (McLafferty et al., 2017; Zhao et al., 2022).

De igual forma, se han reportado que variantes como soledad (Liu et al., 2020), tipo de personalidad límite (Lu et al., 2018); experiencias adversas en la infancia, predisposición genética, variables ambientales o situacionales (Sayyah et al., 2022); seguridad alimentaria (Hernandez et al., 2019), la depresión y la ansiedad están asociadas con la salud mental afectando de forma directa, reduciendo la motivación, la concentración y la calidad de vida, aumentando al mismo tiempo los niveles de fatiga mental (Zhao et al., 2022).

Los problemas de salud mental tienen un impacto negativo en la calidad de las personas, evitando que logren desarrollar su máximo potencial (OMS, 2022). Trayendo consigo problemas en su estado de bienestar, como la ansiedad y el estrés, reduciendo los niveles de motivación y concentración (Zhao et al., 2022), por eso se hace esencial realizar una revisión exhaustiva sobre cómo se desarrollan estos problemas, sus factores de riesgo y/o psicosociales que afecten la salud mental.

El propósito de esta revisión es describir los factores de riesgo asociados a la salud mental en adultos jóvenes.

## **Método**

Este estudio sigue el método de una revisión narrativa donde se resumen diferentes estudios primarios de los que se pueden extraer conclusiones de forma sistemática y desde un punto de vista holístico aportadas por la propia experiencia de los investigadores y las teorías existentes (Van Dinther et al., 2011).

El proceso de búsqueda se llevó a cabo en las bases de datos como Scopus y ScienceDirect haciendo uso de los términos: *mental health AND young adults AND NOT covid-19*. En la base de datos ScienceDirect se aplicaron los filtros: años del 2019 a 2023; área temática psicología; tipo de documento artículo; idioma inglés y español; tipo de fuente revistas; palabras claves salud mental y adultos jóvenes; arrojando un total de 2.422 registros. Por su parte, en la base de datos de scopus se aplicaron los filtros: tipo de acceso solamente a contenido de total acceso; años del 2019 a 2023; tipo de documento artículo; área temática ciencias del comportamiento; arrojando un total de 3.430 registros.

La búsqueda inicial arrojó un total de 13.513 artículos. El procedimiento de selección de los artículos consistió en: revisar los artículos por orden de relevancia de acuerdo con las bases de datos. Primero se revisaban por títulos, segundo por abstract y tercero por texto completo. Los criterios de inclusión de los artículos fueron: a) que los participantes estuvieran en un rango de edad entre los 18 y los 44 años; b) que los participantes no tuvieran ninguna enfermedad médica de base; c) que sean artículos originales que describen datos relacionados con factores de riesgo asociados con la salud mental.

## **Resultados**

### **Tabla 1.**

*Matriz de resultados encontrados.*

<b>Estudio</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Método (tipo de estudio)</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Resultados</b>	<b>Hallazgos relevantes</b>
(Arslan & Genç, 2022)	Investigar si la percepción positiva medió y amortiguó el efecto del maltrato psicológico en el bienestar mental entre los adultos jóvenes universitarios.	Cuantitativo	Cuestionario de Maltrato Psicológico (PMQ-12). (Arslan, 2015). Escala de Percepción Positiva (PPS) (Icekson & Pines, 2013). continuidad de salud mental (MHC-SF) (Keyes et al., 2008).	Los resultados mostraron que la percepción positiva tenía un efecto amortiguador sobre la asociación entre el maltrato y el bienestar mental. El maltrato psicológico predijo de manera significativa y negativa la percepción positiva, representando el 9% de la varianza en el yo en el pasado, el 4% de la varianza en las capacidades propias y el 3% de la varianza en la naturaleza humana, también tuvo un efecto predictivo significativo en el bienestar emocional, psicológico y social.	Los hallazgos revelaron que el maltrato psicológico tuvo un efecto predictivo significativo sobre la percepción positiva y el bienestar mental. La percepción positiva también midió el impacto adverso del maltrato psicológico en el bienestar mental de los adultos jóvenes.
(Dizon & Mendoza, 2022)	Examinar la relación entre los síntomas de salud mental (depresión, ansiedad y estrés) y la ideación suicida y si el rango social percibido modera tal relación.	Cuantitativo	Hoja de datos sociodemográficos. Subescala de ideación suicida negativa del inventario Positive and Negative Suicide Ideation (PANSI) (Osman et al., 1998). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21; Lovibond y Lovibond, 1995) Escala de Comparación Social (SCS; Allan y Gilbert, 1995)	Los resultados muestran que a medida que el rango social percibido disminuye, la fuerza de la asociación positiva entre la depresión, la ansiedad y los síntomas de estrés a la ideación suicida se fortalece. Los resultados se mantuvieron mientras se controlaba por edad, sexo, nivel de año universitario e ingresos familiares.	Los hallazgos se discuten utilizando la teoría del rango social y el modelo integrado motivacional-volitivo (IMV) del suicidio para ver la ideación suicida desde una perspectiva individual y social.
(Fairuzza et al., 2023)	Confirmar el efecto negativo del abuso verbal en la salud mental.	Cuantitativo	Cuestionario de Abuso Verbal (VAQ) (Teicher et al., 2006). Inventario de Salud Mental (MHI-38) (Veit y Ware, 1983).	Los resultados mostraron un efecto negativo significativo del abuso verbal de los padres en la infancia sobre la salud mental en adultos jóvenes. Además, la educación de un padre también tiene un efecto positivo en la salud mental de los adultos	El abuso verbal de los padres cuando era joven afectará la salud mental de uno como adulto joven. Se espera que la investigación futura analice quién comete abuso verbal con más detalle y aumente el

				jóvenes, mientras que la educación de la madre no juega un papel en la salud mental.	tamaño de la muestra para evaluar el efecto de la educación materna.
(Zvolensky et al., 2022)	Evaluar el papel de la sensibilidad a la ansiedad entre una muestra racial y étnicamente diversa de adultos jóvenes con probable trastorno de estrés postraumático en términos de la gravedad de los síntomas del estrés postraumático.	Cuantitativo	<p>Escala MacArthur (Adler, 2009).</p> <p>El BFI-10 (Rammstedt y John, 2007)</p> <p>El SSASI (Zvolensky et al., 2018)</p> <p>El PDS-5 (Foa et al., 2016)</p>	Los resultados indicaron que la SA (sensibilidad a la ansiedad) se relacionó significativamente con la gravedad general de los síntomas del estrés postraumático; el efecto fue evidente después de ajustar por una variedad de covariables, incluido el neuroticismo y el estatus social subjetivo. La SA también se asoció progresivamente con la excitación y la hiperreactividad, los cambios en el estado de ánimo y la cognición y los grupos de síntomas de PTSD (Estrés postraumático) de intrusión. En contraste con lo esperado, no se evidenció ningún efecto para la SA en el grupo de síntomas de PTSD por evitación.	Estos hallazgos proporcionan información sobre los posibles mecanismos por los cuales la sensibilidad a la ansiedad puede estar relacionada con la expresión de los síntomas de PTSD. Por ejemplo, es más probable que la sensibilidad a la ansiedad esté involucrada en aspectos de excitación e hiperactividad del estrés postraumático entre adultos de diversidad racial o étnica con probable trastorno de estrés postraumático y menos directamente involucrados en la expresión de procesos de evitación.
(Matthews et al., 2019)	El objetivo de este estudio fue construir un perfil detallado e integrador de los correlatos de los sentimientos de soledad de los adultos jóvenes, en términos de su salud y funcionamiento actuales y sus experiencias y circunstancias infantiles.	Estudio Longitudinal	<p>Escala de Soledad de UCLA, Versión 3 (Russell, 1996)</p>	Los adultos jóvenes más solitarios tenían más probabilidades de experimentar problemas de salud mental, adoptar conductas de riesgo para la salud física y utilizar estrategias más negativas para afrontar el estrés. Tenían menos confianza en sus perspectivas laborales y tenían más probabilidades de quedarse sin trabajo. Los adultos jóvenes más solitarios tenían, cuando eran niños, más probabilidades de haber tenido problemas de salud mental y de haber experimentado acoso y aislamiento social. La	Los hallazgos longitudinales indican que la propensión de los adultos jóvenes a sentirse solos puede estar determinada por experiencias anteriores en la vida. Las adversidades en el entorno familiar, aunque son importantes para otros resultados emocionales y conductuales (Caspi et al. 2004 ; Jaffee et al. 2007 ), no parecen estar asociados específicamente con la soledad. En cambio, los primeros factores

				<p>soledad se distribuyó uniformemente entre géneros y orígenes socioeconómicos.</p>	<p>de riesgo de soledad residen en la propia salud emocional de los niños y en las experiencias con sus compañeros. Sin embargo, cabe señalar que la magnitud del efecto de estos factores fue pequeña. Además, si bien la psicopatología de los padres y la violencia doméstica no predijeron la soledad, esto no descarta un papel potencial de otros factores en el hogar, como la negligencia o la calidad de la relación entre hermanos.</p>
<p>(Patrick et al., 2022)</p>	<p>El presente estudio examinó las asociaciones diarias entre los síntomas de salud mental (es decir, síntomas de depresión y ansiedad) y el uso simultáneo de alcohol y marihuana (SAM) y las consecuencias negativas relacionadas con el uso entre adultos jóvenes.</p>	<p>Cuantitativo</p>	<p>Cuestionario de salud del paciente (PHQ-4; Kroenke et al., 2009)</p> <p>Medida de 22 ítems sobre los motivos del uso de SAM ( Patrick et al., 2018 ).</p>	<p>Los síntomas diarios de salud mental no se asociaron con la probabilidad de uso de SAM. Sin embargo, los motivos de afrontamiento iniciales de SAM moderaron la asociación entre los síntomas de salud mental y el uso de tal manera que los adultos jóvenes con motivos de afrontamiento más fuertes mostraron una asociación positiva más fuerte entre los síntomas de salud mental y el uso de SAM. Además, en los días de uso de SAM, informar más síntomas de salud mental en relación con el promedio se asoció con experimentar más consecuencias negativas relacionadas con el uso, incluso después de controlar los niveles diarios de consumo de alcohol y marihuana (RR = 1,03, IC del 95% = 1,01–1,05 , p = 0,002).</p>	<p>La asociación entre los síntomas diarios de salud mental y el uso de SAM dependía de si los adultos jóvenes tenían motivos para afrontar el uso. Las fluctuaciones diarias en la salud mental se asociaron con consecuencias negativas relacionadas con el uso experimentadas en los días de uso de SAM, independientemente de los motivos. Estos hallazgos resaltan la importancia potencial de las estrategias de prevención e intervención, especialmente en los días en que los adultos jóvenes experimentan un aumento de los síntomas de salud mental.</p>

(Wickham et al., 2020)	Este estudio investigó las asociaciones diferenciales y de orden superior entre el sueño, la actividad física y los factores dietéticos como predictores de la salud mental y el bienestar en adultos jóvenes.	Cuantitativo	Cuestionario Básico de Sueño Nórdico, (Partinen y Gislason, 1995)  Encuesta de Nutrición de Nueva Zelanda  Escala del Centro de Depresión Epidemiológica (CES-D; Radloff, 1977).  Escala Floreciente (Diener et al., 2010).	Controlando las covariables, la calidad del sueño fue el predictor más fuerte de los síntomas depresivos y el bienestar, seguido de la cantidad de sueño y la actividad física. Sólo un factor dietético (el consumo de frutas y verduras crudas) predijo un mayor bienestar, pero no los síntomas depresivos cuando se controlaban las covariables. Hubo algunas interacciones de orden superior entre las conductas de salud al predecir los resultados, pero no sobrevivieron a la validación cruzada.	Este estudio destacó la contribución relativa del sueño, la actividad física y la dieta a la predicción de los síntomas depresivos y al florecimiento. Nuestros hallazgos sugieren que futuras intervenciones en el estilo de vida dirigidas a la calidad del sueño pueden ser más beneficiosas para mejorar la salud mental y el bienestar.
------------------------	--	--------------	---	---	--

## Discusión

El objetivo de esta revisión fue describir los factores de riesgo asociados a la salud mental en adultos jóvenes. Se encontraron diferentes factores de riesgo tales como: el maltrato psicológico, el abuso verbal de los padres, el rango social, la soledad, el uso simultáneo de alcohol y marihuana y el sueño que están asociados a problemas de salud mental en adultos jóvenes.

Se encontró que el maltrato psicológico y el maltrato verbal que proviene de los padres están relacionados de forma negativa con las dimensiones de la percepción positiva, es decir, visión positiva de sí mismo, de la naturaleza humana y el tiempo (Arslan & Genç, 2022). No obstante, los hallazgos de este mismo estudio nos evidencian que la percepción positiva puede llegar a ser un factor protector, ya que la percepción positiva presenta un efecto moderador frente la relación entre el bienestar mental y maltrato psicológico, mitigando el impacto negativo de este en la salud mental (Arslan & Genç, 2022). Estos

hallazgos coinciden con lo planteado por Fairuzza et al. (2023) el cual menciona que el maltrato verbal recibido por parte de los padres en la infancia tiene un impacto negativo significativo sobre la salud mental en el adulto joven, sin embargo, destaca que la educación alcanzada por el padre puede generar un efecto positivo en la salud mental de los adultos jóvenes, resaltando que existe una asociación entre el maltrato verbal promovido por un padre y la salud mental del adulto joven. De igual forma, el estudio de Yun et al. (2019) afirma que la gravedad del maltrato verbal puede tener repercusiones graves como lo son falta de asertividad, irritabilidad y dificultad para recordar obligaciones.

Con respecto a aspectos sociales como el rango social y la soledad, el estudio de Dizon & Mendoza. (2022) se encontró que el rango social percibido amortigua la relación existente entre los síntomas de salud mental e ideación suicida, resaltando que en el estrés, la ansiedad y la depresión se da una mayor presencia de ideación suicida, de esta forma, estos síntomas de salud mental tienen un efecto significativo cuando el rango social percibido es bajo. Así mismo, según Ernst et al. (2021) la ideación suicida y la soledad se encuentran relacionadas, además, de la angustia mental y se presenta con mayor frecuencia en hombres más jóvenes. No obstante, Klein et al. (2021) afirma que la soledad tiene una relación entre la poca satisfacción con la vida y la angustia mental, de igual modo, se encontró en este estudio que las mujeres presentan niveles más altos de soledad. Estos hallazgos se pueden afirmar en el estudio de Matthews et al. (2019) donde se relaciona la soledad con problemas de salud mental, conductas de riesgos para la salud física y la utilización de estrategias negativas para afrontar el estrés, en este estudio los adultos jóvenes más solitarios tenían menos confianza en sus perspectivas laborales y tenían más probabilidades de quedarse sin trabajo. Pero diferenciándose de los estudios antes mencionados la soledad se distribuyó uniformemente entre géneros y orígenes socioeconómicos.

En el uso simultáneo de alcohol y marihuana se encontró que los síntomas diarios de salud mental no se asociaban con la probabilidad de consumo simultáneo del alcohol y marihuana (SAM) (Patrick et al., 2022), sin embargo, el mismo estudio nos habla de que a mayores motivos de afrontamiento, p. ej., para aliviar emociones negativas, se mostraba una asociación más positiva entre los síntomas de salud mental y el consumo SAM (Patrick et al., 2022). No obstante, aunque el estudio de Patrick et al. (2022) no muestra que los síntomas de salud mental aumentan el consumo SAM, el estudio de Fleming et al. (2021) asoció el uso SAM con más síntomas depresivos y una peor salud en general. Estas diferencias en los hallazgos de los estudios sugieren que aunque los síntomas de salud mental no provoquen un aumento en el consumo SAM (Patrick et al., 2022), este consumo provoca un deterioro notable en la salud mental, cómo más síntomas depresivos (Fleming et al., 2021).

El sueño en relación a la calidad de este, en el estudio de Wickham et al. (2020), se indicó cómo un fuerte predictor para síntomas depresivos. Las personas que dormían entre 8 y 12 h por noche y que tenían una mejor calidad de sueño mostraron menos síntomas depresivos (Wickham et al., 2020). Estos hallazgos se pueden reafirmar en el estudio de Basta et al. (2023) donde se revelaron correlaciones significativas entre los síntomas depresivos y las quejas sobre el sueño. En este estudio, así mismo, se detectó un efecto indirecto significativo de los síntomas depresivos sobre la ideación suicida mediada por las quejas del sueño (Basta et al., 2023). Esta relación en los hallazgos nos afirma que la calidad del sueño afecta de forma significativa los síntomas depresivos (Wickham et al., 2020), incluso llegando a influir en la ideación suicida (Basta et al., 2023).

En esta revisión se resalta el uso de una metodología de revisión narrativa que fue rigurosa y cuidadosa en el proceso de elección de los artículos los cuales permitieron

identificar hallazgos en relación a los diferentes factores de riesgo encontrados. Donde se puede observar como el maltrato psicológico y verbal afecta en la percepción positiva de los adultos jóvenes, así mismo, como la soledad está asociada a problemas de salud mental, conductas de riesgos para la salud física y la utilización de estrategias negativas para afrontar el estrés. De igual modo, observamos en los resultados como el uso SAM provoca un deterioro notable en la salud mental trayendo consigo más síntomas depresivos, los que se ven influenciado del mismo modo por una mala calidad de sueño, llegando a influir incluso en la ideación suicida. No obstante, también se encuentran como limitaciones en esta revisión que solo se tomaron los estudios más relevantes quedando por fuera otros con potencial para contribuir a la revisión, también se tomaron solo estudios publicados en inglés y español y por último al no ser una revisión sistemática pudiera haber sesgo en la elección de los artículos.

Estudios futuros podrían ser dirigidos a una revisión sistemática en donde los resultados puedan presentar una visión más amplia sobre salud mental en adultos jóvenes y que se logre identificar de igual forma no solo factores de riesgo sino también otros aspectos y otros tipos de factores como por ejemplo los protectores, los psicosociales que también pueden tener una incidencia en el funcionamiento de la salud mental de los adultos jóvenes. Por otra parte, es importante hacer estudios que permitan identificar y medir todos estos factores y su relación con la salud mental con el fin de posteriormente desarrollar estrategias de promoción y prevención en salud mental en esta población.

En conclusión, la salud mental en los adultos jóvenes puede encontrarse asociada a problemas psicológicos como la depresión, estrés, ansiedad, tendencia suicida, relacionadas a diversos factores como lo son una baja calidad del sueño, niveles altos de soledad, maltrato psicológico y verbal y el uso SAM. Estos mismos se identificaron como factores de riesgo los cuales presentan un efecto significativo en la salud mental.

## **Agradecimientos**

Agradecemos profundamente a nuestra tutora del semillero de investigación, la profesora Martha Martínez Banfi por su dedicación y orientación, de igual forma, agradecemos a la Universidad Simón Bolívar por generar espacios de investigación y por último, agradecemos a nuestra familia por motivarnos día a día a cumplir nuestros propósitos.

## **Conflicto de intereses**

Los autores no tienen conflictos de intereses que declarar que sean relevantes para el contenido de este artículo.

## **Referencias**

- Acosta, Juan M. (2022). Salud Mental en Colombia: retos, cifras y más datos de interés con MinSalud. Caracol Radio.  
[https://caracol.com.co/programa/2022/07/26/6am\\_hoy\\_por\\_hoy/1658846303\\_927005.html](https://caracol.com.co/programa/2022/07/26/6am_hoy_por_hoy/1658846303_927005.html)
- Arslan, G., & Genç, E. (2022). Psychological Maltreatment and college student Mental Wellbeing: a uni and multi-dimensional effect of positive perception. *Children and Youth Services Review*, 134, 106371. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106371>
- Basta, M., Skourti, E., Simos, P., Soumaki, E., Li, Y., Gerostergios, G., Samiotakis, G., Dafermos, V., Drakaki, M., Papadakis, N., Papadakis, N., & Vgontzas, A. N. (2023). Associations between sleep complaints, suicidal ideation and depressive symptoms among adolescents and young adults in Greece. *Journal of Sleep Research*, 32(5). <https://doi.org/10.1111/jsr.13900>
- Dizon, J. I. W. T., & Mendoza, N. B. (2022). Low perceived social rank increases the impact of mental health symptoms on suicidal ideation: evidence among young adults from the Philippines. *Archives of Suicide Research*, 27(2), 522-539.  
<https://doi.org/10.1080/13811118.2021.2022050>

Ernst, M., Klein, E. M., Beutel, M. E., & Brähler, E. (2021). Gender-specific associations of loneliness and suicidal ideation in a representative population sample: young, lonely men are particularly at risk. *Journal of Affective Disorders*, 294, 63-70.

<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.085>

Fairuzza, M., Sarirah, T., & Intyaswati, D. (2023). The role of parental education on verbal abuse and its impact on the mental health of young adults. *Salud Mental*, 46(1), 27-33.

<https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2023.004>

Fleming, C. B., Duckworth, J. C., Rhew, I. C., Abdallah, D. A., Guttmanova, K., Patrick, M. E., & Lee, C. M. (2021). Young adult simultaneous alcohol and marijuana use: Between- and within-person associations with negative alcohol-related consequences, mental health, and general health across two-years. *Addictive Behaviors*, 123.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107079>

Hernandez, D. C., Daundasekara, S. S., Arlinghaus, K. R., Sharma, A. P., Reitzel, L. R., Kendzor, D. E., & Businelle, M. S. (2019). Fruit and vegetable consumption and emotional distress tolerance as potential links between food insecurity and poor physical and mental health among homeless adults. *Preventive Medicine Reports*, 14, 100824.

<https://doi.org/10.1016/J.PMEDR.2019.100824>

Klein, E. M., Zenger, M., Tibubos, A. N., Ernst, M., Reiner, I., Brähler, E., & Beutel, M. E. (2021). Loneliness and its relation to mental health in the general population: validation and norm values of a brief measure. *Journal of Affective Disorders Reports*, 4, 100120.

<https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100120>

Liu, C. H., Zhang, E., Wong, G. T. F., Hyun, S., & Hahm, H. "Chris." (2020). Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic:

Clinical implications for U.S. young adult mental health. *Psychiatry Research*, 290, 113172.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113172>

Lu, W. H., Wang, P. W., Ko, C. H., Hsiao, R. C., Liu, T. L., & Yen, C. F. (2018). Differences in mental health among young adults with borderline personality symptoms of various severities. *Journal of the Formosan Medical Association*, 117(4), 332–338.

<https://doi.org/10.1016/J.JFMA.2017.04.020>

Matthews, T., Danese, A., Caspi, A., Fisher, H. L., Goldman-Mellor, S., Kopa, A., Moffitt, T. E., Odgers, C. L., & Arseneault, L. (2019). Lonely young adults in modern Britain: Findings from an epidemiological cohort study. *Psychological Medicine*, 49(2), 268–277.

<https://doi.org/10.1017/S0033291718000788>

McLafferty, M., Lapsley, C. R., Ennis, E., Armour, C., Murphy, S., Bunting, B. P., Bjourson, A. J., Murray, E. K., & O'Neill, S. M. (2017). Mental health, behavioural problems and treatment seeking among students commencing university in Northern Ireland. *PLoS ONE*, 12(12).

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188785>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. *Comunicado de prensa*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Patrick, M. E., Ramirez, J. J., Cadigan, J. M., Graupensperger, S., Walukevich-Dienst, K., Rhew, I. C., Rinehart, L., & Lee, C. M. (2022). Examining Daily Associations Between Mental Health Symptoms and Simultaneous Alcohol and Marijuana Use and Consequences Among Young Adults. *Psychology of Addictive Behaviors*, 36(4), 410–418.

<https://doi.org/10.1037/adb0000791>

Sayyah, M. D., Merrick, J. S., Larson, M. D., & Narayan, A. J. (2022). Childhood adversity subtypes and young adulthood mental health problems: Unpacking effects of maltreatment, family dysfunction, and peer victimization. *Children and Youth Services Review*, 137, 106455.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2022.106455>

Van Dinther, M., Dochy, F., & Segers, M. (2011). Factors affecting students' self-efficacy in higher education. *Educational Research Review*, 6(2), 95-108.

<https://doi.org/10.1016/j.edurev.2010.10.003>

Wickham, S.-R., Amarasekara, N. A., Bartonicek, A., & Conner, T. S. (2020). The Big Three Health Behaviors and Mental Health and Well-Being Among Young Adults: A Cross-Sectional Investigation of Sleep, Exercise, and Diet. *Frontiers in Psychology*, 11.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579205>

Yun, J. Y., Shim, G., & Jeong, B. (2019). Verbal abuse related to Self-Esteem damage and unjust blame harms mental health and social interaction in college population. *Scientific Reports*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42199-6>

Zhao, J., Chapman, E., & Houghton, S. (2022). Key Predictive Factors in the Mental Health of Chinese University Students at Home and Abroad. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192316103>

Zvolensky, M. J., Clausen, B. K., Shepherd, J. M., Kabel, K. E., Kauffman, B., & Garey, L. (2022). Anxiety sensitivity in relation to post-traumatic stress disorder symptom clusters among young adults with probable post-traumatic stress disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*.

<https://doi.org/10.1080/16506073.2022.2070539>

